

lfd. Nr.	Lebensmittel-kategorie/ Lebensmittel/ Lebensmittelbestandteil	Zusammenhang zwischen Lebensmittel-kategorie/Lebensmittel/ Lebensmittelbestandteil und der Gesundheit	Beispiele für ausformulierte gesundheitsbezogene Angaben	vom Meldenden Personengruppe, die von der Angabe erfasst werden, eingeschränkt auf ...	Bedingungen								
					Verzehrmenge des (Bezugs-) Lebensmittels			Dauer des Verzehrs/ Zeit bis Wirkung eintritt (im Klartext)	zulässige Höchstmenge		sonstige Bedingungen		
					Wert	Maßeinheit	ggf. Maß im Klartext		Wert	Maßeinheit			
217	Einfach ungesättigte Fettsäuren	Einfach ungesättigte Fettsäuren erhöhen das HDL-Cholesterin im Vergleich zu gesättigten Fettsäuren gering, während mehrfach ungesättigte Fettsäuren zu einer geringen Senkung führen und verhindern im Vergleich zu Stärke einen Abfall der HDL-Cholesterinkonz	Einfach ungesättigte Fettsäuren verbessern die Blutfettwerte.										
218	Einfach ungesättigte Fettsäuren	Einfach ungesättigte Fettsäuren erhöhen das HDL-Cholesterin im Vergleich zu gesättigten Fettsäuren gering, während mehrfach ungesättigte Fettsäuren zu einer geringen Senkung führen und verhindern im Vergleich zu Stärke einen Abfall der HDL-Cholesterinkonz	Einfach ungesättigte Fettsäuren wirken HDL-Cholesterinspiegelsteigernd.										
219	Einfach ungesättigte Fettsäuren	Einfach ungesättigte Fettsäuren erhöhen das HDL-Cholesterin im Vergleich zu gesättigten Fettsäuren gering, während mehrfach ungesättigte Fettsäuren zu einer geringen Senkung führen und verhindern im Vergleich zu Stärke einen Abfall der HDL-Cholesterinkonz	Einfach ungesättigte Fettsäuren erhöhen den "guten" HDL-Cholesterinspiegel.										
220	Essentielle Fettsäure Linolsäure (LA - Omega 6)	Wachstum, Entwicklung und Gesunderhaltung	Linolsäure ist für Wachstum und Entwicklung essentiell.										